

いきいきシニアライフを応援します



お口のこと、うめず先生に聞く！



入れ歯をつくってもすぐには噛めません



うめず歯科口腔外科医院
うめず けんたろう
梅津 健太郎 先生



- ◎入れ歯を作っても、すぐには噛めません。しっかり噛めるようになるには2～3か月ほどかかります。
 - ◎入れ歯を自分に合うように調整しながら、慣れていき、自分のからだの一部にしていきましょう。
- 例えば：やわらかい豆腐を入れ歯で食べることから始めましょう。



入れ歯を使うとなぜいいの？

- ◎発音が明瞭になり、おしゃべりがしやすくなります。
 - ◎しっかり噛むことができます。
- ⇒噛めることで脳の活性化やストレスの解消、生活習慣病の予防につながり、体や心の状態も良くなります！

入れ歯が合わない…ってどんなとき？

- ◎入れ歯を外したままの状態が続くと、歯茎がやせて合わなくなります。
- ◎入れ歯を乾燥させてしまうと、入れ歯が変形します。



(2) 就寝前や長時間入れ歯を外したままにするときは、洗浄剤に浸け置きします

- ・義歯用洗浄剤（写真④、⑤）に浸け置きすることで、細菌や真菌（カンジダなどのカビ）を除菌します。浸け置きする時間などは、お使いの洗浄剤の使用法に従ってください。
- ・1日1回は、義歯用洗浄剤に浸けましょう。

（例）



④義歯洗浄剤

（例）



⑤義歯洗浄剤
個包装

注意！熱湯や漂白剤は、入れ歯の変形の原因になりますので、使用しないでください！

入れ歯は作ってからの管理が大切です！！
合わないときやあきらめずに、かかりつけ歯科
医師に相談し、調整しましょう。

